

Pensionstraumat – en identitetskris

Under mina år som geriatriker på 1970-talet läste jag om hur viktigt det var att förbereda sin pension. Sagt och gjort, den 40-åriga doktorn gick in i föreningar och utvecklade hobbies. De gav stor glädje under de yrkesverksamma åren. När tidpunkten för pensionen närmade sig vidtogs nya åtgärder för att minska den fruktade förändringen i livet som pensioneringen skulle innebära. Den särskilda arbetstiden reducerades, därefter blev det delpension. Arbetet på storsjukhuset avslutades och de sista 18 månaderna arbetade jag på en mindre klinik. Avskedet från min arbetsplats och mina arbetskamrater skulle ske gradvis och försiktigt, så vist var det tänkt.

Och så en dag är pensioneringen ett faktum. Bokhyllorna skall tömmas. Alla mina samlade artiklar slängs i stor utsträckning. Protokoll från sammanträden likaså. Skrivelser från olika faser av karriären får vara med ett tag till i det privata arkivet. Böcker som fyllt ut hyllorna och sett imponerande ut läggs i kartonger och bärs ut. Skrivbordslådorna med alla sina kära specialminnen och verktyg rensas. Datorn rensas från personliga filer. De gamla kära ingångna skorna granskas kritiskt: slängas eller behållas?

De sista åren på sjukhuset har varit en förberedelse för vad som komma skall. Lusten att gå till sjukhusets matsal har minskat med åren. Måltiderna har gjort att åldrandet blivit tydligt i samtalen med de yngre kollegerna. De pratar om företeelser som man lagt bakom sig: husköp, barnuppfostran, segelfärder, utbildningsblock och jourfall.

Om man varit en klok ledare har man sett till att uppmuntra nya krafter att ta plats i den egna verksamheten. Det innebär att man själv fått minskad betydelse för planering och beslut beträffande arbetet. De yngre behöver tid för forskning och administration. Någon måste skriva ut alla tolv recepten till Alma Karlsson. Det blir den gamla överläkarens nya men välbekanta arbetsuppgift. Det är kanske inte så roligt, särskilt som det sker i »löpande band»-tempo, utan möjlighet till personligt engagemang. Däremot skulle det ha känts

bra att få arbeta ett par år till i lagom takt.

Att berövas möjligheten att arbeta som läkare sedan man fyllt 65 känns som en kränkning. Att det egna facket ej lyckades förhindra detta känns verkligen beklagligt, särskilt i medvetandet om dagens läkarbrist. Förnuftsmässigt kan man förstå att en generationsväxling alltid måste ske, men måste det ske med en så brysk metod? Specialistkunskaper förnyas förvisso men lång erfarenhet hos de äldre ger en förtroendekunskap, som i samarbete med de yngre ger en oslagbar bredd och kontinuitet i verksamheten.

I styrelserummen på många företag sitter senior advisers som handleder ivriga men kanske oerfarna yngre krafter. I en artikel i The Economist september 1999, »Let old folk work», påtalas bl a den ekonomiska förlust som samhället gör genom att förhindra fortsatta skatteintäkter från arbetande äldre. Genom att uppmuntra till tidig pensionsavgång ökas också försörjningsbördan för den arbetande generationen som skall betala pensionerna och hälso- och sjukvårdskostnaderna.

Vad väntar den nyblivna pensionären (det norska uttrycket pensionist låter trevligare i mina öron) utanför den skyddade värld som sjukhuset ändå innebär? Vem är den person som nu skall få mera av min tid? Hur skall den avstutna läkaren trösta sig efter att ha



ILLUSTRATION: MAY STRANDBERG

mist de förmåner och tillgångar som yrket inneburit? Läkarrollen innebär att ha makt och påverka, möjlighet till gemenskap och samarbete, stimulans och kontakter.

Min läkarroll har varit en stor del av mig själv, där yrkeskvinnan fått ta plats. I den har jag varit mig själv och den har gett stor tillfredsställelse. Skall jag nu sugas in i en kvinnoroll, som alltid känts trång och ofri? Det infinner sig många känslor. Kommer jag att öda bort mitt liv med sena morgnar och tidningsläsning och onödigt shopping? Kommer jag att slukas av barnens familjers behov av barnvakt och andra insatser? Rädsla för att bli bortglömd, bli nedlåtande behandlad, att vara utanför infinner sig.

Kroppen gör sig påmind. Den slitna nacken, de trötta fötterna, den instabila

ryggen och den sura magen, som tidigare fått hänga med bäst de kunnat i det hetsiga arbetstempot, får plötsligt röst och påkallar uppmärksamhet. Har man haft anlag för hypokondri tidigare, så blir det nu rika tillfällen att fundera över olika svåra sjukdomar som kan ha drabbat en.

Här blir förändringen av identitet mycket tydlig. Från att ha varit styrman på en räddningsbåt på sjukdomarnas hav, har man nu blivit en av de många nödlidande som söker hjälp. Som tur är finns det vänliga och förstående kolleger som vid konsultation har möjlighet att påpeka att det nu finns tid att ta hand om kroppen. Det är inte längre nödvändigt att ha dagen fulltecknad med åtaganden som skall avverkas i snabb takt. Det går att njuta av livet också.

Nu efter två år har tillvaron börjat stabilisera sig. De sköna morgnarna, då man inte behöver passa någon tid, är det bästa. Att få tid att sitta ner och samtala med vänner i lugn och ro känns härligt. Samfundet äldre läkare (SÄL) erbjuder spännande resor och samtal med trevliga kolleger. Gamla drömmar kan förverkligas, skärgårdshus och måleri finns med på agendalistan. Möjlighet till nya verksamheter och kontakter känns stimulerande och uppfriskande.

Men ibland lägger sig en grå dimma över tillvaron. Vad skall komma? Får jag vara frisk? Hur skall barnbarnen klara sig i den här jobbiga världen? Kommer deras föräldrar att slita sig förärvade i sitt hetsiga liv? Hur mycket av min tid och uppmärksamhet skall de få? Så fortsätter livet och frågorna som kräver svar. Fast de nu mer handlar om privata områden än om den medicinska vardagen.

Vi 30-talister har inte låtit tala om oss på samma sätt som 40-talisterna. Vi befann oss i det smalaste bandet på befolkningspyramiden. Vi skulle bära upp den stora åldringsbulan och de efterföljande växande ungdomskullarna. Vi har jobbat på i det tysta. Men vi är privilegierade. Vi som vuxit upp före elektronikens tid har en stor rikedom i oss. Vi kan njuta av naturen. Vi har en sund kroppsuppfattning och kan glädja oss över vår kropp utan att behöva pressa den eller pierca den. Vi har en stor kul-

turskatt i vår allmänbildning. Det är roligt att möta sin ungdoms favoritförfattare och poeter igen. Vi har vår breda medicinarutbildning och kan intressera oss för utvecklingen utanför den egna specialiteten. Vi har haft tillfälle att utöva läkarkonst och vet att människor behöver människor. Pensionsperioden kanske blir den bästa i vårt liv. •

KRÖNIKÖR

ANN MARIE STALFELT

pensionerad överläkare, specialist i internmedicin, geriatrik och hematologi. Specialintresse palliativ medicin, Örebro.

”Vi som vuxit upp före elektronikens tid har en stor rikedom i oss. Vi kan njuta av naturen. Vi har en sund kroppsuppfattning och kan glädja oss över vår kropp utan att behöva pressa den eller pierca den.”

När konsensus saknas om hur läkaren bör behandla, spelar den beprövade erfarenheten stor roll. Det 48-sidiga häftet innehåller 32 korta, praktiskt inriktade artiklar med anknytning till vårdens vardag och vänder sig till alla kliniskt verksamma läkare. Förutom diagnostik med terapi speglas goda exempel på prevention, ledningsfrågor och administration.

Priset är 55 kr.

Enligt min erfarenhet



Beställer härmed.....ex
av "Enligt min erfarenhet"

.....
namn

.....
adress

.....
postnummer

.....
postadress

Insändes till LÄKARTIDNINGEN
Box 5603
114 86 Stockholm

Faxnummer: 08-20 74 35

www.lakartidningen.se
under särtryck, böcker